

**De relatie tussen stress en angst in het dagelijkse leven en de rol van
zelfwaardering en angstdispositie**

**The relation between Stress and Anxiety in Daily Life and the impact of
Self-Esteem and Trait Anxiety**

Lonneke Duijnhouwer

1^e begeleider: Dr. Viviane Thewissen

2^e begeleider: Dr. Nele Jacobs

Februari 2008

Faculteit Psychologie

Afstudeerrichting: Gezondheidspsychologie

Open Universiteit Nederland

Inhoudsopgave

Samenvatting/Summary	2
Inleiding	3
‘Normale’ angst versus een angststoornis	6
Angstdispositie en toestandsangst	
Zelfwaardering	8
Experience Sampling Methode (ESM)	9
Centrale vraagstelling, deelvragen en hypothese	10
Methode	12
Onderzoeksgroep	12
Meetinstrumenten	12
Procedure	13
Analyse	14
Resultaten	16
Proefpersonen en descriptieve gegevens	16
Schaalgegevens	16
Multilevel lineaire regressie analyse	17
Discussie	19
Dagelijkse stress en angstklachten	19
Dagelijkse stress, angstklachten en zelfwaardering	20
Dagelijkse stress, angstklachten en angstdispositie	21
Implicaties voor de (klinische) praktijk	22
Beperkingen	24
Conclusie	25
Literatuur	26
Bijlage	32

Samenvatting

Het doel van dit onderzoek was meer zicht te krijgen op de relatie tussen dagelijkse stress en angstklachten (toestandsangst) en de interacterende rol van angstdispositie en zelfwaardering. Deze studie gebruikte de experience sampling methode (ESM): twintig personen uit de algemene bevolking vulden tien keer op een dag een zelfrapportageformulier in gedurende 7 dagen. Gecontroleerd voor geslacht en leeftijd liet multilevel regressie analyse zien dat een hogere mate van ervaren stress geassocieerd was met een verhoging van angstklachten en een lage zelfwaardering werd geassocieerd met meer angstklachten. Bovendien bleek uit het onderzoek dat zelfwaardering een interacterende rol speelt in de relatie tussen stress en angstklachten. Angst verminderde door het hebben van een hoger niveau van zelfwaardering. Er werd geen ondersteuning gevonden voor de hypothese dat angstdispositie een interactie effect heeft tussen dagelijkse stress en angstklachten. De belangrijkste conclusie uit het onderzoek is dat zelfwaardering een buffer lijkt te zijn tegen angstklachten. De implicaties hiervan voor de (klinische) praktijk worden besproken.

Summary

Purpose of this study was to explore the relation between daily stressful events and state anxiety. Furthermore the interaction effect of self-esteem and trait anxiety was examined. This study used the experience sampling method (ESM): twenty (non clinical) participants completed self-report forms 10 times a day during 7 days. Controlling for sex and age, multilevel regression analysis showed that stressful events were followed by increases in state anxiety. In addition low self-esteem was associated with a higher level of state anxiety. Furthermore, this study showed that self-esteem played an interacting role in the relation between stress and state anxiety. State anxiety was reduced by a higher level of self-esteem. Contrary to expectation, there was no significant interaction effect of trait anxiety between daily stress and state anxiety. The main conclusion of this study is that self-esteem appears to be a buffer against state anxiety. Implications for the (clinical) practice are discussed.